



**DINE AROUND  
FREDDY**

**TABLES GOURMANDES  
DE LA CAPITALE**

**SAVOUR THE FLAVOURS  
OF FREDERICTON**

**DÉGUSTEZ LES SAVEURS  
DE FREDERICTON**



**MENU \$31 • MENU 31 \$**

**JANUARY 16 TO FEBRUARY 2 • DU 16 JANVIER AU 2 FÉVRIER**

**REGENCY**  
RESTAURANT • BAR

[DINEAROUNDFREDERICTON.CA](http://DINEAROUNDFREDERICTON.CA)

[#DINEAROUNDFREDDY](https://twitter.com/DINEAROUNDFREDDY)



**Fredericton**  
TOURISM • TOURISME



---

## SMALL

---

**Garden Fresh Salad (GF)**

*or*

**Caesar Salad (GF)**

*or*

**Soup of the Day**

---

## BIG

---

**8oz Tender Prime Rib au Jus (GF)**

A tender cut of our famous Prime Rib au jus, charbroiled to your specifications

Choice of side: NB baker, mousseline potato, or rice pilaf & vegetable of the day

*or*

**Atlantic Salmon Your Way (GF)**

6oz Fresh Atlantic salmon filet - charbroiled to perfection; poached in wine bouillon; baked with garlic topping or blackened with a Cajun spice

Choice of side: NB baker, mousseline potato, or rice pilaf & vegetable of the day

*or*

**Black Bean Burger (VEG)**

Homemade black bean burger made with fresh cilantro, chili peppers & lime zest topped with guacamole, salsa & lettuce

Root vegetable fries

*or*

**Portobello & Mushroom Stroganoff (VEG + GF)**

A rich & meaty Vegan Stroganoff made with Portobello mushrooms, grape tomatoes & peppers

Served with rice

---

## DESSERT

---

**Chocolate Almond Torte (GF)**

*or*

**Pecan Bread & Butter Pudding**

Vanilla rum sauce

*or*

**Melon Ball Sorbet (VEG)**

---

---

## ENTRÉES

---

**Salade fraîche du jardin (GF)**

*ou*

**Salade César (GF)**

*ou*

**Soupe du jour**

---

## PLATS PRINCIPAUX

---

**Tendre côte de bœuf au jus de 8 onces (GF)**

Partie tendre de notre renommée côte de bœuf au jus ou cuite sur le gril à votre goût

Choix d'accompagnement : pomme de terre du Nouveau-Brunswick, mousseline de pommes de terre, riz pilaf ou légume du jour

*ou*

**Saumon de l'atlantique à votre façon (GF)**

Filet de saumon de l'Atlantique frais de 6 onces oz cuit à votre goût - grillé à la perfection;

poché dans un bouillon au vin; cuit au four avec garniture d'ail ou noirci d'épice cajun

Choix d'accompagnement : pomme de terre du Nouveau-Brunswick, mousseline de pommes de terre, riz pilaf ou légume du jour

*ou*

**Hamburger aux haricots noirs (VEG)**

Hamburger aux haricots noirs fait maison avec coriandre fraîche, poivre de Cayenne et zeste de lime, garni de guacamole, salsa et laitue

Frites de légumes-racines

*ou*

**Stroganoff aux champignons portobello (VEG + GF)**

Un Stroganoff végétalien riche et consistant fait avec des champignons portobello,

des tomates raisins et des poivrons

Servi avec du riz

---

## DESSERT

---

**Gâteau au chocolat et aux amandes (GF)**

*ou*

**Pouding au pain aux pacanes et au beurre**

Sauce vanillée au rhum

*ou*

**Boules de sorbet au melon (VEG)**

---

**VEG** | Vegetarian or Vegan Option available •  
Option végétarien et végétalienne disponible

**GF** | Gluten free option available •  
Option sans gluten disponibles

**EACH PARTICIPATING RESTAURANT WILL DONATE \$1 PER DINE AROUND PLATE SOLD TO THE FREDERICTON COMMUNITY KITCHENS INC., STUDENT HUNGER PROGRAM.**

**POUR CHAQUE REPAS VENDU DANS LE CADRE DE TABLES GOURMANDES, LES RESTAURANTS PARTICIPANTS FERONT UN DON DE 1 \$ AU LES CUISINES COMMUNAUTAIRES DE FREDERICTON INC., STUDENT HUNGER PROGRAM.**